COOKING BOOK

TOSHIBA

E&Eの東芝

家庭用
東芝センサーオーブングリルレンジ

取扱説明書・料理集

形名　ER-A20J4

●このたびは東芝センサーオーブングリルレンジをお買いあげいただきまして、まことにありがとうございました。
●この商品を安全に正しく使っていただくために、お使いになる前にこの取扱説明書をよくお読みになり十分理解してください。
●お読みになったあとはいつも手元においてご使用ください。●保証書を必ずお受け取りください。

まず

安全上のご注意を必ず読む（4～9ページ）

お使いになる前に必ず守っていただきたい事を記載してあります。

初めに

アースを取り付ける（6ページ）

「安全上のご注意」を読んで必ず取り付けてください。

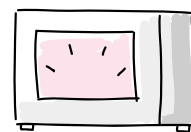
次に

電源を入れ、重量センサーを0グラムに合わせる（12ページ）

重量センサーの0グラム合わせが正しく行われないと自動調理が上手にできません。

続けて

庫内のカラ焼きをする（12・13ページ）

トースターでカラ焼きして、庫内の油を焼き切ります。

さあ！

調理開始！（14～26ページ）

「調理のしかた」を読んで始めてください。

オートパワーオフ（待機電力0）について

省エネルギーを目的に、使用していないとき自動的に電源が切れる機能です。

- 電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。
  一度とびらを開けると電源が入ります。

■表示部に「0」が表示されている状態で5分以上とびらの開閉がないと自動的に電源が切れます。

■電源が自動的に切れた後は、とびらを開閉すると、電源が入り、表示部に「0」が表示されます。

もくじ

ご使用の前に

調理のしかた

料理集

知っておいていただきたいこと

こんなときは

この取扱説明書では次のように表しています。

操作手順	操作によって自動的に変わった状態	表示　点灯中	点滅中
1 2 3	▶	◀	

各ページの操作部には、使用するキーに■が入っています。

安全上のご注意

●ご使用になる前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ正しくお使いください。
●ここに示した注意事項は、安全に関する重大な内容を記載していますので必ず守ってください。
●表示と意味は次のようになっています。

⚠危険	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または*1重傷を負うことがあり、その切迫の度合いが高いこと」を示します。
⚠警告	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または*1重傷を負う可能性が想定されること」を示します。
⚠注意	「取り扱いを誤った場合、使用者が*2傷害を負うことを想定されるか、または*3物的損害の発生が想定されること」を示します。

図記号の説明

○は、禁止（してはいけないこと）を示します。
具体的な禁止内容は、図記号の中や近くに文章や絵で示します。

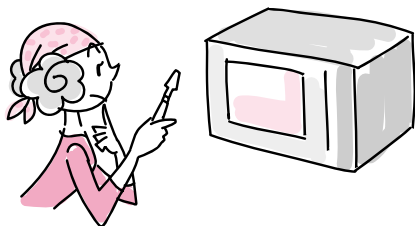
●は、指示する行為の強制（必ずすること）を示します。
具体的な指示内容は、図記号の中や近くに文章や絵で示します。

△は、注意を示します。
具体的な注意内容は、図記号の中や近くに文章や絵で示します。

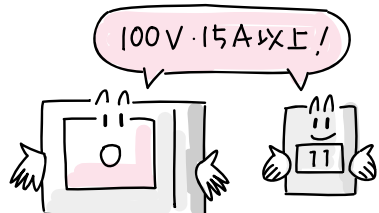
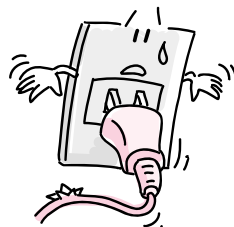
*1：**重傷とは失明やけが、やけど（高温・低温）、感電、骨折、中毒などで、後遺症が残るものおよび治療に入院・長期の通院を要するものをさします。**
*2：**傷害とは、治療に入院や長期の通院を要さないけが・やけど・感電などをさします。**
*3：**物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペット等にかかわる拡大損害をさします。**

ご使用の前

⚠危険

自分で分解・修理・改造をしない
火災・感電・けがの原因になります。
修理は、お買い上げの販売店または東芝家電修理ご相談センターにご連絡ください。

吸気口、排気口、穴などにピンや針金などの金属ものまたは異物、指を入れない
感電・けがの原因になります。
もし、異物が中に入ったときは、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店または東芝家電修理ご相談センターにご連絡ください。

⚠警告

電源は、交流100Vで、定格15A以上のコンセントを単独で使用する
交流100V以外で使ったり、コンセントを他の器具と同時に使ったり、延長コードを使うと火災・感電の原因になります。

電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない
火災・感電の原因になります。

ご使用の前

⚠警告

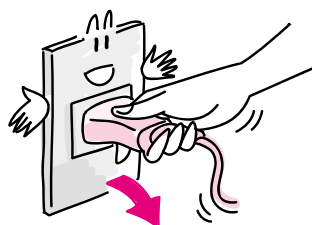
電源コードや電源プラグを、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重いものをのせたり、挟み込んだりしない
電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。

電源プラグの刃・刃の取り付け面に、付着したほこりはふき取る
ほこりが付着すると、火災の原因になります。

⚠注意

電源コードや電源プラグは、排気口や温度の高いところに近づけない
火災・感電の原因になります。

長期間、使用しないときは、電源プラグをコンセントから抜く
絶縁劣化により漏電火災の原因になる場合があります。

電源プラグをコンセントから引き抜くときは、電源プラグを持って引き抜く
コードを持って引き抜くとコードが破損し、火災・感電の原因になります。

据え付けるとき

⚠警告

使用前に、包装材はすべて取り除く
取り除かないと運転中に発火し、火災・やけどの原因になります。

包装用ポリ袋は、幼児の手の届かない所に保管または廃棄する
頭からかぶるなどすると、口や鼻をふさぎ窒息する原因になります。

安全上のご注意

据え付けるとき

⚠警告

アースを確実に取り付ける
故障や漏電のときに感電する原因になります。
アースの取り付けは販売店にご相談ください。

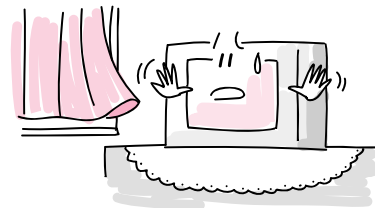
アースを接続する

●アース端子を使う場合
- アース線が本体のアースねじにしっかり接続していることを確認してから、アース線先端の皮をむき、芯線部をアース端子につなぐ。

●アース端子が無い場合
- アース棒（別売り：部品コード32582118）をお求めの上、アース工事（電気工事資格者によるD種接地工事）を行ってください。
購入、工事の依頼はお買い上げの販売店にご相談ください。

■アース工事（電気工事資格者によるD種接地工事）が必要な据え付け場所
- **湿気の多い場所**
土間、コンクリート床、地下室、醸造・貯蔵所など
- **水気の多い場所（漏電遮断機も設置必要）**
水滴の飛び散る所、水を使う土間、洗い場などの水気の多い所

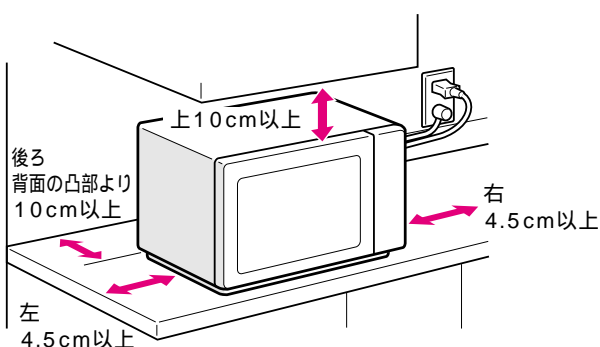
■アース線を接続できないもの
- **ガス管、水道管、電話線のアース、避雷針**
法令で禁止されています。

燃えやすいもの、熱に弱いものを本体に近づけない
焦げや、火災の原因になります。
たたみ・じゅうたん・テーブルクロスなどの上に置いたり、カーテンなどを近づけないでください。

禁　止

⚠注意

壁との間をあけて置く
過熱し火災の原因になります。
右・左・上・後ろいずれか1面を開放して設置してください。

壁との間を開ける

[設置基準適合]

水のかかるところや蒸気の出る機器および火気の近くでは使用しない
火災・感電・漏電の原因になります。

禁　止

不安定な場所に置かない
落ちたり倒れたりして、けがの原因になります。
もし地震などで転倒・落下した場合は、そのまま使用せずお買い上げの販売店に点検を依頼してください。
本体の落下・転倒を防ぐための転倒防止金具（別売り：部品コード32582136）をお求めの方は販売店にご相談ください。

禁　止

使用するとき

⚠警告

調理中に、電源プラグを抜き差ししない
抜き差しすると火花が発生し、
火災・感電の原因になります。

禁　止

子供だけで使わせたり、幼児の手が届くところで使わない
感電・けが・やけどの原因に
なります。

禁　止

⚠注意

衣類・ふきん類の乾燥、食品の収納など調理以外の目的には使用しない
過熱・異常動作して火災の原因に
なります。

禁　止

排気口や吸気口をふさがない
火災の原因になります。

禁　止

とびらや庫内に、無理な力や衝撃を加えない
変形し、電波もれによる人体障害の恐れが
あります。また、とびらにぶらさがると本
体が倒れて、けがをする原因になります。

禁　止

丸皿や回転網を手で無理に回したり、衝撃を加えない
容器から熱い食品がこぼれてやけどの
原因になります。

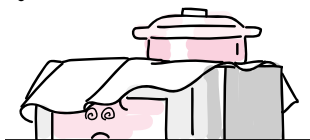
禁　止

庫内、丸皿、とびらのガラスにものをぶつけたり衝撃を加えない
破損して、けがの原因になります。
容器や茶わんの出し入れのときは、丸
皿のふちに当たらないようにしてくだ
さい。
とびらのガラスにキズがつくと、使用
中割れることがあります。

禁　止

とびらにものをはさんだまま使用しない
電波漏れによる、人体障害や発火の恐れがあり
ます。

禁　止

本体の上に、ものを置いたり、布などをかぶせたりしない
置いたものが過熱し、変形・焦げ・発火の原因に
なります。

禁　止

庫内で食品が燃えたときは、とびらを開けない
とびらを開けると勢いよく燃え、火災の原因に
なります。

禁　止

- 食品が燃えたときは次の手順で処置してください。

①とびらを閉めたまま「とりけし」キーを押し、運転を停止する。
②電源プラグをコンセントから抜く。
③本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
④鎮火しないときは、水か消火器で消火する。

- そのまま使用せずに、販売店に点検を依頼してください。

安全上のご注意

レンジ加熱のとき

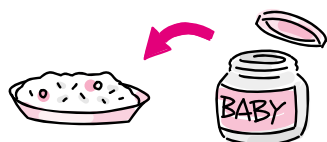
⚠警告

庫内がカラのまま、調理しない

- 本体や庫内が異常に加熱され、高温になりやけどの原因になります。
- また長時間加熱や、少量の食品加熱後も庫内が熱くなり、やけどの原因になりますので終了直後は庫内にふれないでください。

禁　止

缶詰、ビン詰、袋詰、レトルト食品、真空パック入り食品は移し替える

また鮮度保持剤（脱酸素剤）は取り除いてから加熱します。
発火・破裂・けが・やけどの原因になります。

食品を移し替える

密封性の高い容器のふたやせんをはずし、皮や殻のある食品は、切れ目や割れ目を入れる

破裂して、けが・やけどの原因になります。

ふたをとる
殻に切れ目を入れる

卵は、そのまま加熱しない

電子レンジで卵を加熱すると、内部も同時に急激に加熱され膨張します。殻や、卵黄膜によって密閉状態となっているため、一気に破裂してやけどをする原因になります。また取りだした後に、突然破裂することもあります。

- 卵はよく割りほぐしてから加熱してください。
- ゆで卵は作らないでください。
- ゆで卵のあたためなおしもしないでください。

禁　止

食器や食品を取り出すとき、ラップをはずすときなどは注意する

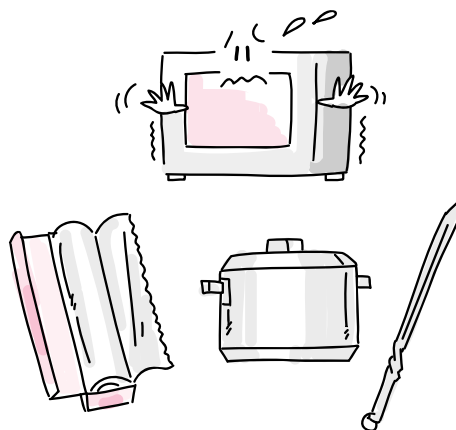
高温になっていたり、ラップをはずすときに蒸気が一気にでて、やけどの原因になります。

食品は加熱しすぎない

- 飲みもの（コーヒー、牛乳、水など）、生クリームなどの油脂分の多い液体は、取り出すときに突然沸騰し、やけどの原因になります。
- 飲みものは加熱する前にスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- 少量の食品は発火する恐れがあります。
- 丸皿・ガラス容器が熱くなり、割れたり溶ける原因になります。

禁　止

アルミホイル、金属容器、金串は使わない

火花が発生し、とびらのガラス割れなどでけがの原因になります。

禁　止

ヒーター加熱のとき

⚠注意

ヒーター加熱使用中や終了後は、高温部（庫内・とびら・本体）及び取りだした丸皿・角皿には触れない
・高温のため、やけどをする原因になります。
・食品の出し入れには市販のミトンを使います。

調理中、調理後、とびら・ヒーター・丸皿などに水をかけたり、急に冷却しない
割れてけがをしたり、発生する蒸気や飛沫でやけどをする原因になります。

お手入れ

⚠警告

お手入れのときは、電源プラグをコンセントから抜く
感電・けが・やけどの原因になります。

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電の原因になります。

⚠注意

本体の掃除は電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う
感電ややけどをする恐れがあります。

食品や肉汁などで、汚れたままにしない
さび・発煙・発火などの原因になります。
・付着した場合は、本体が冷めてから必ずふきとってください。

お願い

ヒーター加熱調理で、魚調理等油煙の出やすい調理を頻繁にされ、壁面が汚れる場合は本体上面を、開放できる所に置くことをお勧めします。

テレビ・ラジオから3m以上離す
雑音や、映像の乱れを防止するために受信感度の弱い場所はさらに雑音が小さくなるまで離してください。

熱や、蒸気から離す
保温釜・ポットなどの蒸気が、本体や操作部にかからないようにしてください。

本体の移動の際は気をつけて
電子レンジは構造上、操作部側が重くなっています。

各部のなまえとはたらき

本 体

[正面]

[庫内側面]

[背面]

付属品

付属品は正しくお使いください

回転網1枚	
丸皿1枚（ガラスセラミックス製）	
角皿1枚（鉄板ホーロー）	

点字について

一部の操作キーには点字表示が入っています。キーの上に表示しています。

キー	点字	キー	点字	キー	点字
あたためスタート	ス タ	解凍あたため	カ イ	生解凍	ナ マ
朝食メニュー	ア サ	簡単オート	カ ン	お惣菜お菓子	ソ ー
カレー煮物	ニ モ	レンジ	レ ン	オーブン（発酵）	オ ハ
トースターグリル	ト	とりけし	トリケシ		

操作部

とびらメニュー

表示部

時間や温度、調理内容などを表示します。

手動調理キー

調理に応じて時間や温度を設定して使います。（22～26ページ）

ワンタッチメニューキー

時間や温度設定が不要なメニューです。
キーを押すだけで自動的に加熱します。
（14～17ページ）

温度/仕上がりキー

- オーブン調理の温度設定および温度調節に使います。
「発酵」と100～250℃の設定ができます。
- 自動調理の仕上がり調節に使います。
［∧］キーを押すと［強め］に、［∨］キーを押すと［弱め］になります。強めは調理時間が長くなり、弱めは短くなります。

オートメニューキー

とびらに表示されているオートメニューを選ぶために使います。押し続けてメニュー番号に合わせます。
時間や温度設定は不要です。（18～21ページ）

スタートキー

あたためや、オートメニューキー（簡単オート、お惣菜・お菓子、カレー・煮物）、手動調理キーのスタートのときに押します。
※調理途中にとびらを開けたときは、もう1度押します。

時間合わせキー

手動調理時間の設定に使います。
10分ずつ、1分ずつ、10秒ずつ合わせることができます。
20分以上は1分単位となります。

とりけしキー

キーを押し間違えたときや、途中で調理を止めるときに押します。

ワンタッチメニューキーの押しかた

ワンタッチメニューとは食品を入れてひとつのキーを押したら、すぐに加熱が始まるメニューのことです。

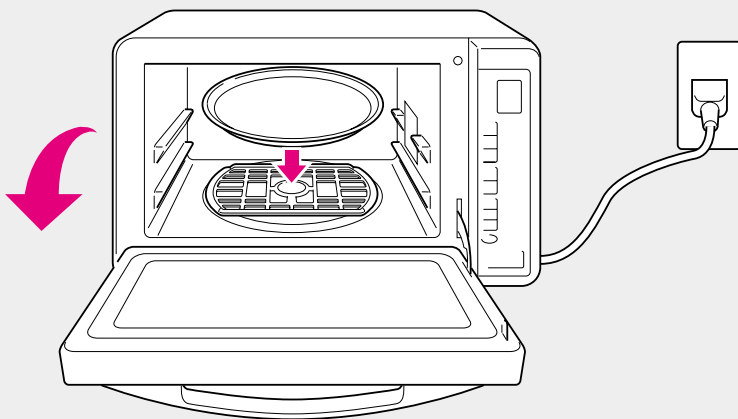
■「あたため」「解凍あたため」「生解凍」「朝食メニュー」のときは、食品を入れとびらを閉めたら、1分以内にキーを押してください。

■1分以上たってからキーを押すと
→庫内がカラの状態での加熱を防ぐ機能が働くため、表示部に「扉」が表示され調理がスタートしません。
一度食品を取りだし、庫内がカラの状態でとびらを閉めてから、もう一度食品を入れ直してキーを押してください。

重量センサーのセット

★初めてお使いのときは、重量センサーを正しく働かせるために0グラムを合わせてください。
重量センサーのセットは自動調理に必要です。

1 電源プラグをコンセントに差し込みとびらを開ける

▶「1000」が点滅。
※「0」表示する場合もあります。
この場合は0グラムで合わせを行っておりますので合わせの操作は不要です。

2 庫内に回転網と丸皿だけセットする

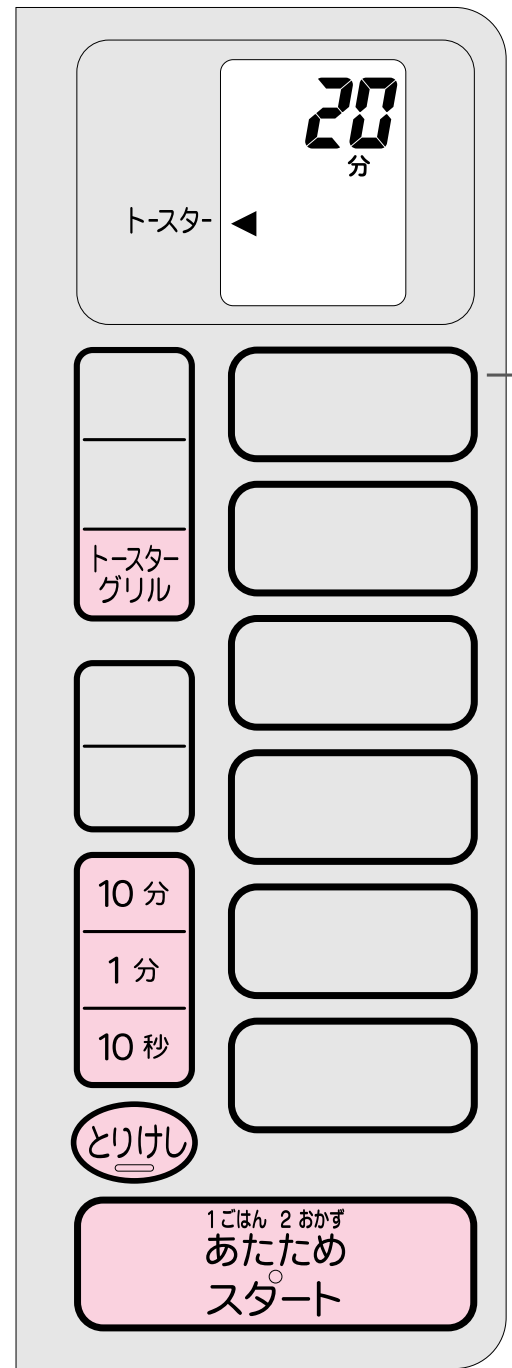
- 回転網を、庫内底部の回転軸へ差し込んで、静かに回転させ、カチッとはまったことを確認する。

3 とびらを閉めて、とりけしを押す

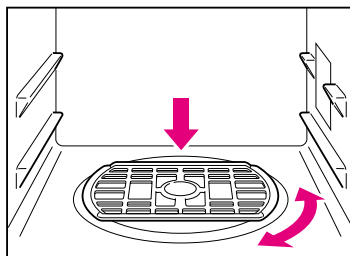
▶2〜3秒後にピーッピーッと鳴り、重量センサーの0グラム合わせが終了。
- 正しく0グラムを合わせるために必ずとびらを閉めます。
- ピーッピーッと鳴るまでは本体を動かさないでください。

お知らせ

- 重量センサーの0グラム合わせ中に丸皿が回り、庫内灯が点灯しますが故障ではありません。
- 丸皿のセットを忘れるなど、操作を間違えたときは、電源プラグを抜き、再度重量センサーのセットを行ってください。
- 重量センサーの0グラム合わせが正しく行われていないと、とびらを開けて電源が入ったとき「1000」が点滅します。再度重量センサーの0グラム合わせを正しく行ってください。

庫内のカラ焼き

★初めてお使いのときは、トースターでカラ焼きして庫内の油を焼き切っておきます。
最初、煙が出たり、臭いがすることがありますが、故障ではありません。
小鳥などの小動物は別の部屋に移し、換気のために窓を開けて行いましょう。

1 庫内に回転網だけをセットし、とびらを閉める

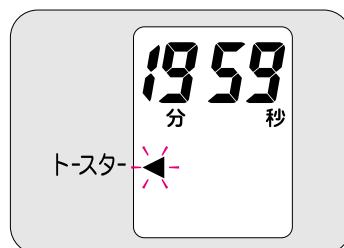
・回転網以外の付属品は入れません。

トースターで20分カラ焼きする

2 トースター グリル を1回押す

3 10分 を2回押して20分に合わせる

・くり返してカラ焼きをしないでください。

4 1ごはん 2おかず あたため スタート を押す

▶**ブザーが3回鳴り、カラ焼き終了**
・終了後、表示部に「皿高温」が出ます。

5 とりけし を押し、とびらを開ける

お知らせ
・「とりけし」を押すか、とびらを開けないと、取り出し忘れお知らせ機能が働き、ブザーが鳴ります。
（64、65ページ参照）

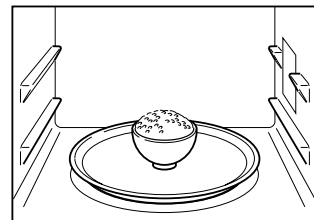
時間・出力を合わせずに自動調理

ごはん・おかずの あたため/解凍あたため

★「あたため」・「解凍あたため」キーで一度にあたためられる分量は100〜300gです。
★ 室温・冷蔵の食品は「あたため」キーで、冷凍した食品は「解凍あたため」キーを使います。

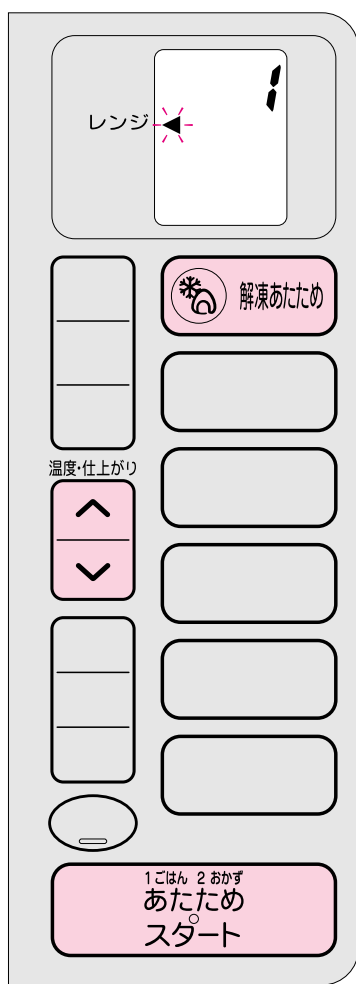
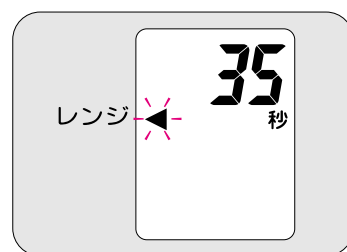
例：ごはんをあたためる

1 食品を入れる

・食品の量にあった耐熱性の
容器に入れます。

2 [1ごはん 2おかず あたため スタート] を押す

・押すごとに1ごはん⟷2おかずと変わります。
あたためるものに合わせてください。
・とびらを閉めて1分以内に押してください。

▶丸皿が回転し加熱開始
▶途中で残り時間を表示

▶ブザーが3回鳴り、加熱終了
・取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）
・容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

■お好みの仕上がりを選ぶには

→ スタート後15秒以内に「温度・仕上がり」で強め弱めを加減する
[∧] を押すと【強め】、[∨] を押すと【弱め】になります。強め、弱めとも1,2,3があります。
「ごはん」については現在の設定が次回から自動設定されます。

■ぬるい部分があるときや、もう少し熱くしたいとき

→「レンジ」で出力と時間を合わせてあたためる（22、23ページ参照）

上手にあたためるために

●室温や冷蔵の食品

ラップはお好みに応じて使用してください。（ほとんどの食品は必要ありませんが、カレーなどの飛び散りやすいものはラップをします。）

- ごはん…かたまりはほぐし、冷蔵のごはんなど固めのものは水を振りかけて加熱します。
- 煮もの…煮汁を切って加熱します。
- むしもの…パサついているときは霧を吹いて加熱します。

●冷凍した食品はラップをして器にのせて加熱

- 冷凍ごはん… 小分けに冷凍したものを、**皿や器**に入れてラップをして加熱します。
- 市販の冷凍食品…容器に移しかえて加熱します。
- 冷凍野菜…「レンジ」で出力と時間を合わせて加熱します。（22～23・55ページ参照）

●とろみのある食品はラップをして加熱

- カレー・シチュー… 深めの器に入れ、ラップして加熱後、混ぜ合わせます。

●冷蔵のものは、あたたまりにくいため、お好みに応じて仕上がり調節［強め］で加熱する

●食品の分量にあった容器を使用する

- 容器が大きすぎたり、小さすぎたりすると、センサーが正しく働かないことがあります。
  食品を入れたとき、8分目くらいになる大きさが適当です。また、茶わんは、130～150gのものをお使いください。

次のものは ［1ごはん 2おかず あたため スタート］ では、加熱できません

●牛乳などの飲みもの

→「朝食メニュー　5牛乳」であたためる。（16、17ページ参照）
→「レンジ」で出力と時間を合わせて加熱する。（55ページ参照）

●中華まん

→「レンジ」で出力と時間を合わせて加熱する。（55ページ参照）

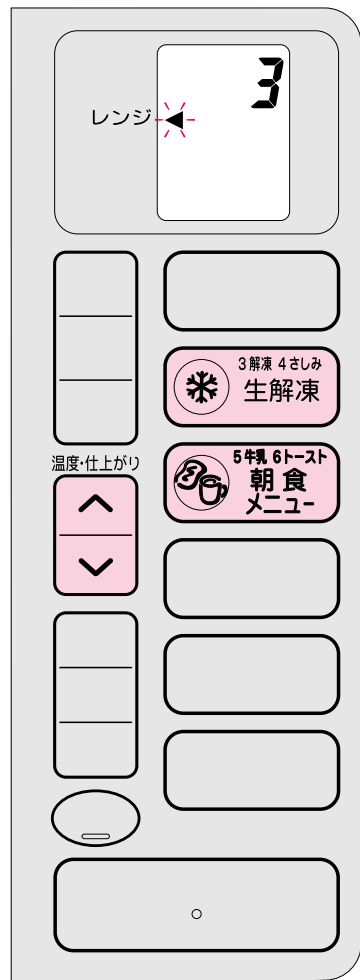
●魚や肉の解凍

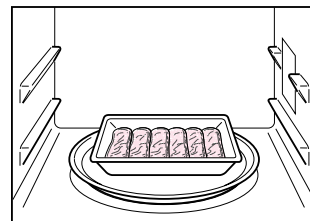
→「生解凍」でコースを選んで解凍する。（16、17ページ参照）

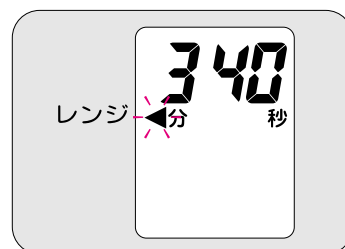
時間・出力を合わせずに自動調理

生解凍/朝食メニュー

★生解凍で一度に解凍できる量は100〜600gです。

例：冷凍の肉を解凍する

1 食品を入れる

- 発泡トレイのまま解凍できます。
- ラップははずします。

2 [3解凍 4さしみ 生解凍] を押す

- 押すごとに3解凍⟷4さしみと変わります。
- とびらを閉めて1分以内に押してください。

▶丸皿が回転し加熱開始
▶途中で残り時間を表示

▶ブザーが3回鳴り、解答終了
- 取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）

■お好みの仕上がりを選ぶには

→スタート後15秒以内に「温度・仕上がり」を押して強め弱めを加減する

[^] を押すと【強め】、[v] を押すと【弱め】になります。強め、弱めとも1,2,3があります。
- 「トースト」の場合
  強め…焼色を濃いめにしたいとき
  弱め…焼色を薄めにしたいとき
- 「朝食メニュー」（牛乳・トースト）は現在の設定が次回から自動設定されます。

■解凍不足のときは

→「レンジ」で出力160Wを選び時間を合わせて様子を見ながら解凍する（22、23ページ参照）

生解凍

3　解凍

・自然解凍のようにきちんとはがせたり、ほぐせるまで解凍。

4　さしみ解凍

・まぐろなどさしみ用…サクッと包丁が入って、盛り付けたときが食べ頃に解凍。

丸皿使用

上手に解凍するために

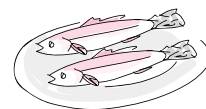
●ラップやふたをしないで、発泡トレイのまま解凍

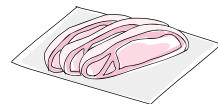
●冷凍庫から出してコチコチの状態ですぐに解凍

●アルミホイルで、変色や煮えを防ぐ

・魚などの身の細い部分に巻いて、加熱しすぎを防ぎます。
分量の多いときや形が均一でないときにも周囲に巻くことをおすすめします。

●解凍する食品の大きさをそろえる

・上手に解凍できる厚さは3cmまで。厚さは均一にして、周囲に薄いところがないように準備します。同時に2つ以上解凍するときは同じ種類、同じ大きさのものをそろえます。

●庫内や丸皿を十分冷ましてから解凍する

・庫内が熱いとうまく解凍できないことがあります。表示部に「C21」「温度」が表示されたときはとびらを開けて庫内を冷まし、表示が消えるまでお待ちください。

朝食メニュー

5　牛乳

・容器…背が低く広口のマグカップ。
（容器の大きさ・形状・材質で仕上がりが変わります）
センサーを正しく作動させる230～260gの容器をお使いください。
・分量…容器の8分目。（少量しか入れないと沸騰する恐れがあります）
・おいしく飲むために…加熱後すぐかき混ぜる。（放置すると膜ができることがあります）
・仕上がり調節…1杯の量が少ないときは弱めに、多いときは強めにする。

丸皿使用

6　トースト

・分量…1～2枚
・焼きかた…回転網に直接パンをのせます。
山型食パンは山型を互い違いに並べます。それでも庫内壁に当たるときは1枚で焼いてください。

※焼き色は「温度・仕上がり」で加減します。
（強め…焼色濃い目、弱め…焼色薄め）

※冷凍パンを焼くときは、料理集41ページを参照してください。

並べかた（2枚）

並べかた（1枚）

●焼き上がったパンはすぐに取り出す

・余熱で焼きすぎになります。

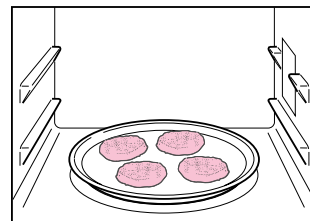
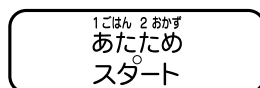
時間・出力を合わせずに自動調理

簡単オート/お惣菜・お菓子

★簡単オートメニュー7〜8、お惣菜・お菓子メニュー10〜11について説明しています。

例：調理済みの冷凍食品をあたためる

1 食品を入れる

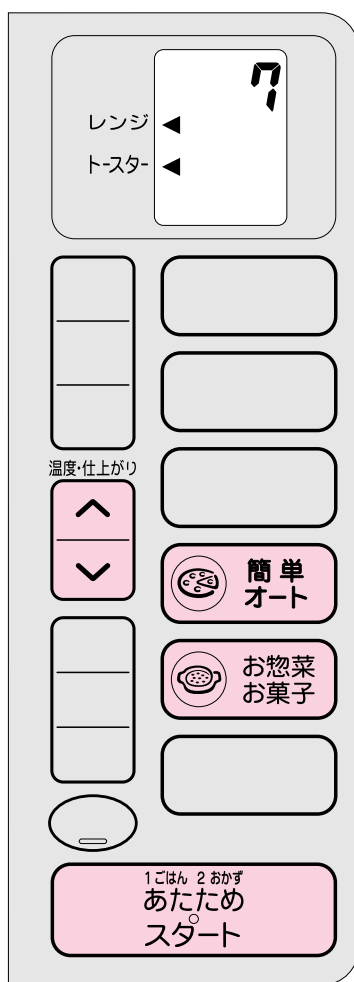
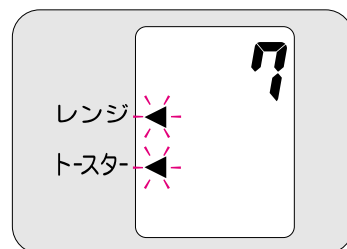
・食品は直接丸皿に置きます。

2 簡単オート を押してメニュー番号を選ぶ

3 あたためスタート を押す

▶**途中で残り時間を表示**

・残り時間は食品の種類・量によって変わります。

▶**ブザーが3回鳴り、加熱終了**

・取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）

・容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

■お好みの仕上がりを選ぶには

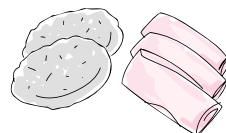
→ **スタート後15秒以内に「温度・仕上がり」で強め弱めを加減する**

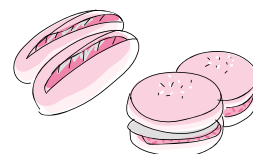
∧ を押すと【強め】、∨ を押すと【弱め】になります。強め、弱めとも1,2,3があります。

■調理終了後にさらに加熱したいとき

→ **手動調理で様子を見ながら行う**

7　カラッとグルメ（調理済み冷凍食品のあたため）

・分量…100～200ｇ
・あたためかた…包装・容器を取りはずし、丸皿に直接置いて加熱します。
※熱さの好み、種類、個数によって「温度・仕上がり」で加減します。
※レンジ＆ヒーターであたためる加熱方式なので、市販の調理済み冷凍食品に記載されている調理方法とは違います。
※室温・冷蔵の調理済み食品は、温度・仕上がり［弱め］で様子を見ながら加熱してください。

8　ふっくらパン（調理パンのあたため）

・分量…1～3コ（ドッグパンは2コまで、ハンバーガータイプのパンは3コまで）
・あたためかた…包装・容器を取りはずし、丸皿に直接置いて加熱します。
※熱さの好み、パンの初期状態（冷蔵/室温）、個数によって「温度・仕上がり」で加減します。
※レンジ＆ヒーターであたためる加熱方式です。
※バターロールなど具の入っていないパンは、温度・仕上がり［弱め］で様子を見ながら加熱してください。

上手にあたためるために

●包装・容器は取りはずし、アルミホイルも使わないで加熱

・レンジとヒーターの組み合わせ加熱なので、ラップやビニールなどの包装、アルミホイルは使えません。容器などに移さず、必ず丸皿に直接置きます。

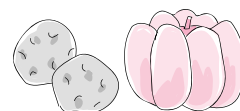
●食品の形崩れを防ぐには、オーブンシートを利用する（カラッとグルメ）

・形崩れだけでなく、食品のくっつきも防げます。お使いになるときはオーブンシートの表裏を確認してください。

10 葉菜ゆでもの（ほうれん草/ブロッコリー/キャベツなど）

・分量…100～300ｇ
・ゆでかた…水洗いしてラップできっちり包み、直接丸皿にのせて加熱します。
　　加熱後は流水でアクを取ります。

11 根菜ゆでもの（じゃがいも/さといも/かぼちゃなど）

・分量…100～600ｇ
・ゆでかた
丸ごとゆでるとき…水洗いしてラップできっちり包み、直接丸皿にのせて加熱します。
加熱後しばらく置いて繰り越し加熱（約5分）を利用します。
切ってゆでるとき…皮をむき、大きさをそろえて切り、水をふりラップで包み、直接丸皿にのせて加熱します。

加熱終了後は繰り越し加熱（食品内にこもった熱でさらに加熱が進むこと）を利用しましょう。繰り越し加熱の間は食品が乾きやすいのでラップははずしません。

●容器は使用しないでください

●水分を多く加えてゆでたい野菜（にんじんなど）は

→多めに水をふり、ラップをして「レンジ850W」で時間を設定して加熱する。（55ページ参照）

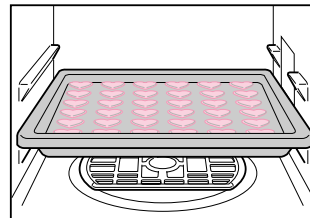
※料理の前の数字は、とびらメニューにある料理の前の数字と同じです。

時間・出力を合わせずに自動調理

簡単オート/お惣菜・お菓子/カレー・煮物

★簡単オートメニュー9、お惣菜・お菓子メニュー12〜14、カレー・煮物メニュー15〜16について説明しています。

例：クッキーを焼く

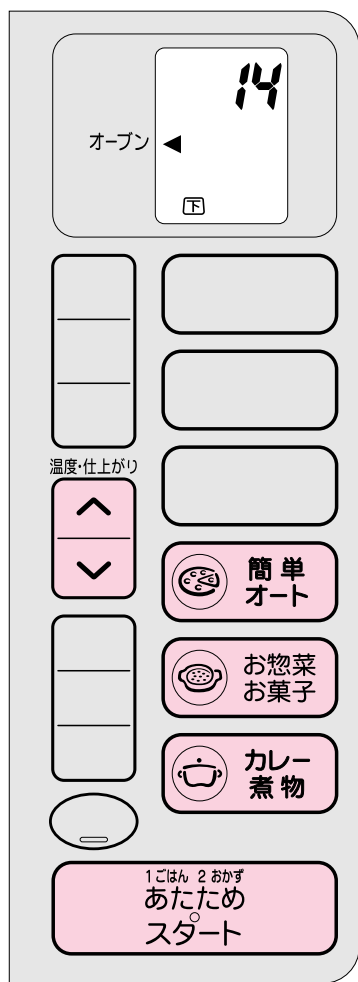
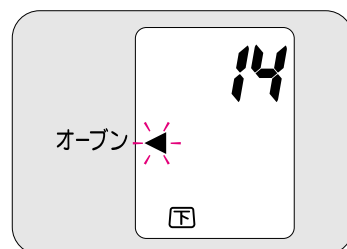
1 調理に合わせて付属品を選び、食品を入れる

2 お惣菜お菓子 を押してメニュー番号を選ぶ

3 1ごはん 2おかず あたため スタート 押す

▶**途中で残り時間を表示**

- 残り時間は食品の種類・量によって変わります。

▶**ブザーが3回鳴り、加熱終了**

- 取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）
- 容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。
- メニューによって、調理終了後表示部に「皿高温」が出ます。

■お好みの仕上がりを選ぶには

→ **スタート後15秒以内に「温度・仕上がり」で強め弱めを加減する**

∧ を押すと【強め】、∨ を押すと【弱め】になります。強め、弱めとも1,2,3があります。

■調理終了後にさらに加熱したいとき

→手動調理で様子を見ながら行う

■途中で調理時間を増減したいとき（お惣菜・お菓子メニュー・冷凍ピザのみ）

→ **「スタート」を押して、残り時間が表示されたあと、「温度・仕上がり」を押して調理時間を1分単位で調節する**

簡単オート

9　冷凍ピザ（上段）（41ページ参照）

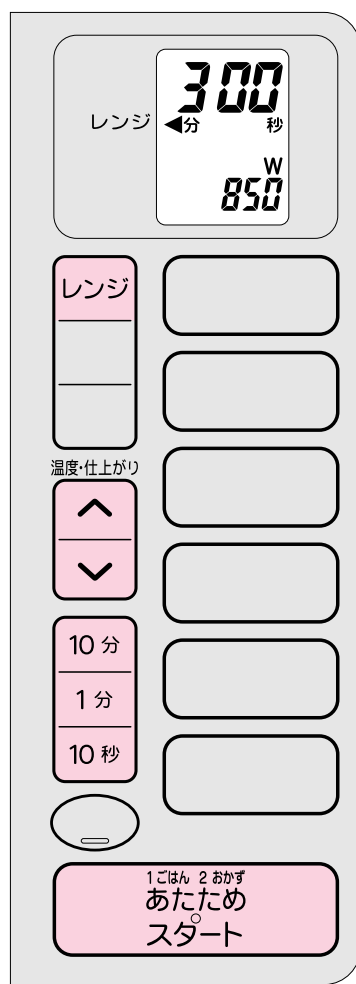
お惣菜・お菓子

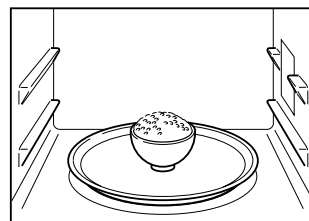
12　グラタン（下段）
（42・43ページ参照）
14　クッキー（下段）
（32・33ページ参照）

13　スポンジケーキ（28・29ページ参照）

カレー・煮物

15　カレー・シチュー
（49・50ページ参照）
16　肉じゃが（48ページ参照）

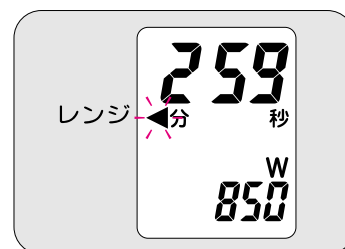
時間・出力を合わせて
レンジで調理する

1 食品を入れる

- 食品の量にあった耐熱性の容器に入れます。

2 レンジ を押す

- 押すごとに
  レンジ850W → レンジ600W → レンジ500W → レンジ160W → レンジ850W
  と変わります。

3 10分 1分 10秒 を押して時間を合わせる

- 最大設定時間
  レンジ850W：20分
  レンジ600W、500W：30分
  レンジ160W：90分

4 1ごはん 2おかず あたため スタート を押す

▶ブザーが3回鳴り、調理終了

- 取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）
- 容器が熱くなっているので、気をつけて取り出してください。

■出力を組み合わせて使いたいときは
「煮込みなどのときに使います」

例：レンジ600W15分→レンジ160W30分の場合
レンジ操作の2〜3の手順をくり返す
1）レンジ600W15分に合わせ、
2）レンジ160W30分に合わせ、
3）スタートを押す

- レンジ600Wが終わると続けてレンジ160Wの調理残時間を表示
- 最初の設定は850W、600W、500Wのいずれか、次の設定は160Wのみ設定できます。

■途中で調理時間を増減したいとき

→「スタート」を押して、加熱が開始してから
「温度・仕上がり」を押して調理時間を1分単位で調節する

- 1回の調理で設定できる時間は増やせる時間を含め、850Wで20分、600W、500Wで30分までです。

●調理内容に合わせてラップを使う

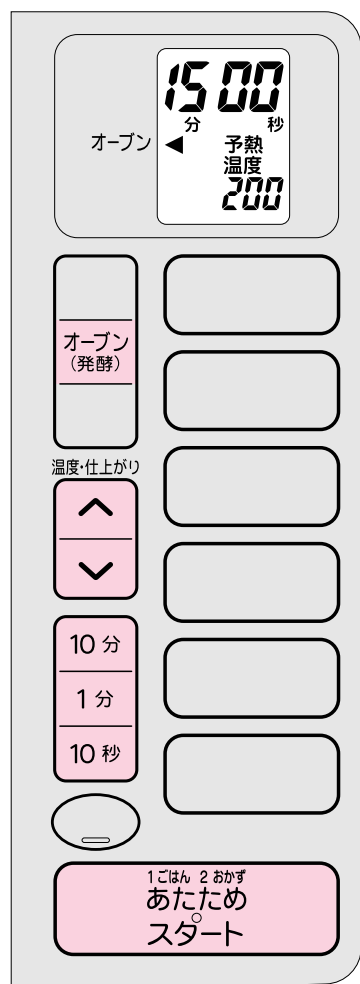
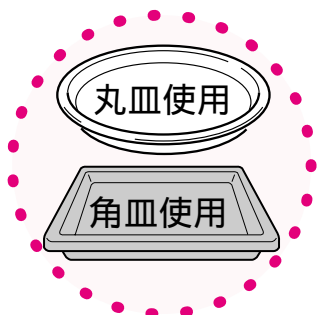
- **あたためはラップ不要ですがメニューによってはラップをかけて加熱**します。
  詳しくは料理集を確認してください。

■調理時間の合わせかた

調理時間はレンジの出力によって合わせかたが違います。

■冷凍食品

市販の冷凍食品を加熱するときは、パッケージ記載の出力と加熱時間を参考にしてください。

時間・温度を合わせて
オーブン 予熱あり 予熱なし・発酵 で調理する

予熱あり

1 **庫内に回転網だけをセットして**

を1回押す

2 温度･仕上がり **を押して温度を合わせる**

- 押すごとに10℃ずつ変わります。
- 100～250℃の間でセット可能

3 10 分 / 1 分 / 10 秒 **を押して時間を合わせる**

- 最大設定時間90分

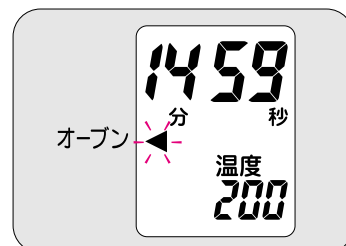
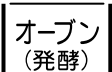
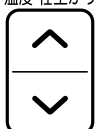
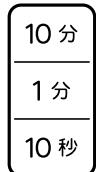
4

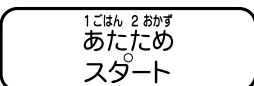
を押して予熱開始

▶ **予熱終了1分前に残り時間を表示**

▶ **ブザーが5回鳴り、「予熱終」が点灯**
- 15分間予熱保持

5 **食品を入れ**

を押す

▶ **ブザーが3回鳴り、調理終了**
- 取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）
- 終了後、表示部に「皿高温」が出ます。

予熱なし/発酵

1 **調理にあった付属品と食品を入れて**

オーブン（発酵） を2回押す

2 温度・仕上がり ︿ ﹀ **を押して温度を合わせる**

- 100～250℃の間でセット可能
- **発酵は温度100からさらに ﹀ を押して「発酵」に合わせます。**

3 10分 1分 10秒 **を押して時間を合わせる**

- 最大設定時間90分

4 1ごはん 2おかず あたため スタート **を押す**

▶**ブザーが3回鳴り、調理終了**
- 取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）
- 終了後、表示部に「皿高温」が出ます。

■途中で調理時間を変更したいとき
→ 加熱中に「温度・仕上がり」を押して増減する（1分単位で変えられます）

■途中で調理温度を変更したいとき
→ 加熱中に「オーブン（発酵）」を押し、「温度」の文字が点滅中（5秒間）に「温度・仕上がり」を押して10℃ずつ増減する。

予熱あり

●予熱とは
- 作る料理に適した温度にあらかじめ庫内をあたためておくこと。

■予熱中の調理時間・温度の変更
→ できません。

■設定温度と予熱温度の関係
→ 設定温度と同じ温度で予熱します。ただし設定温度が200℃以上のときは予熱温度は200℃になります。

■予熱時間の目安は
→ 200℃のとき、約7分です。

発酵

●庫内や付属品を十分冷ましてから発酵を行う
- 表示部に「C21」「温度」が表示されたときは、とびらを開けて庫内を冷まし、表示が消えるまでお待ちください。庫内温度が高いと発酵がうまくできません。

■付属品の使い分けかた
→ 加熱のしくみ（57ページ参照）

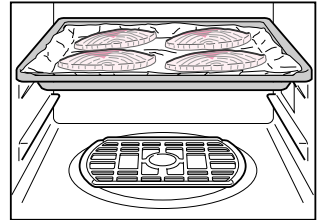
時間を合わせて

トースター・グリルで調理する

例：グリルで魚を焼く

1 **食品を入れて**

トースター グリル を2回押す

・押すごとにトースター ←→ グリル と変わります。

2 **10分 / 1分 / 10秒 を押して時間を合わせる**

・最大設定時間30分

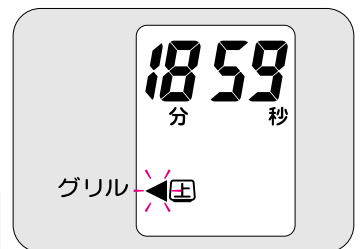
3 **1ごはん 2おかず あたため スタート を押す**

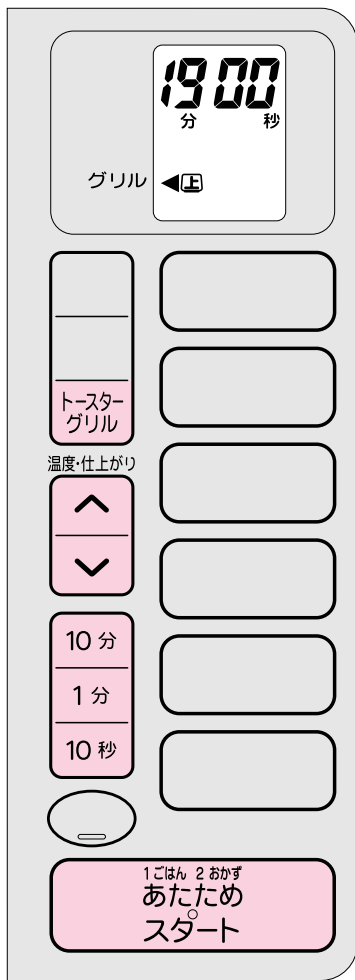
お知らせ

・両面にしっかり焼き色をつけるために、必ず加熱の途中で食品を裏返します。

▶ブザーが3回鳴り、調理終了

・取り忘れるとブザーが1分おきに鳴ります。（5分間）

・終了後、表示部に「皿高温」が出ます。

■途中で調理時間を変更したいとき

→ 加熱中に「温度・仕上がり」を押して増減する（1分単位で変えられます）

手動調理の設定時間とコツ

★ レンジ調理の出力組み合わせ調理のメニューと、オーブン調理のメニューはCooking Bookに詳しい作りかたがありますので参考にしてください。

■レンジ調理 ★出力と時間をセットする調理の目安です。

ラップあり…○
ラップなし…×

あたため（レンジ850W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
ごはん	1杯（150g）	約50秒	×
どんぶりもの	1杯（340g）	約2分30秒	×
スープ・みそ汁	1杯（150cc）	約1分20秒	×
野菜の煮物	150g	約1分10秒	×
カレー・シチュー	200g	約1分50秒	○
しゅうまい	6コ（100g）	約30秒	×
中華まん	1コ（80g）	約50秒	○

のみもの（レンジ850W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
牛乳	1杯（200cc）	約1分30秒	×
酒かん	1杯（160cc）	約50秒	×

冷凍した食品のあたため（レンジ850W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
冷凍ごはん	1杯（150g）	約2分	○
冷凍カレー・シチュー	300g	約8分	○
冷凍しゅうまい	5コ（100g）	約1分30秒	○
冷凍中華まん	1コ（80g）	約1分	○

冷凍の肉・魚の解凍（レンジ160W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
肉	200g	約4分	×
	400g	約7分	×
	600g	約12分	×
さしみ	200g	約4分	×
	400g	約7分	×
	600g	約10分	×

冷凍ゆで野菜の解凍（レンジ850W）

メニュー名	分量	目安時間	ラップ
枝豆	100g	約1分50秒	○
さといも	100g	約1分50秒	○
かぼちゃ	150g	約3分	○

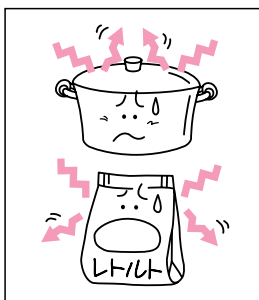
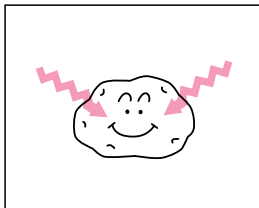
野菜のゆでもの（レンジ850W）

	メニュー名	分量	目安時間	ラップ
葉菜	ほうれん草	100g	約1分20秒	○
	キャベツ	100g	約1分20秒	○
	ブロッコリー	100g	約1分20秒	○
根菜	じゃがいも	1コ（150g）	約3分	○
	さといも	100g	約1分40秒	○
	かぼちゃ	150g	約2分40秒	○
	にんじん	100g	約1分20秒	○

加熱のしくみ

レンジ加熱

電波で食品を内と外から同時に加熱します。

電波の性質
- 電波が食品に当たると食品の水分に吸収され、水の分子にまさつ運動が起こります。その結果、熱が発生し、食品は内部と外部が同時に加熱されます。
- 陶器や磁器などは電波を通しますが、金属製の容器や、アルミのレトルトパックなどは電波を反射するので加熱できません。

自動調理メニュー例
あたため・解凍あたため・生解凍・牛乳・葉菜ゆでもの・根菜ゆでもの

レンジ調理のポイント

- **加熱時間は**
  食品の分量にほぼ比例します。
  分量を2倍にした場合は、
  加熱時間も2倍弱に合わせます。
- **レンジ加熱は**
  食品の水分が飛び、乾燥したり固くなりやすいので、少な目の時間設定で加熱します。

煮込み調理

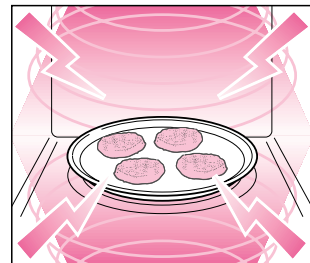
- 食品を一度沸騰させてから、出力を自動的に下げて長時間味をしみ込ませる調理です。

自動調理メニュー例
肉じゃが・カレーシチュー

- **加熱時間は**
  選んだメニューによって、予め設定されていますので、設定する必要はありません。

レンジ＆ヒーター加熱

電波と、ヒーターで食品を加熱します。

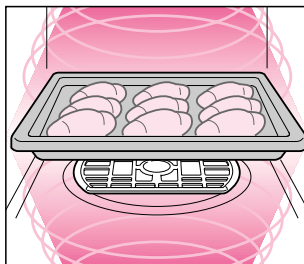
自動調理メニュー例
カラッとグルメ・ふっくらパン

ヒーター加熱

オーブン調理

上下ヒーターを利用した庫内全体の熱で、食品を焼き上げます。

自動調理メニュー例
クッキー・スポンジケーキ・グラタン・冷凍ピザ

角皿

・お惣菜を調理するときなどに使います。
詳しくは料理集をご覧ください。

丸皿

・型を使って焼くお菓子などに使います。
詳しくは料理集をご覧ください。

オーブン調理のポイント

- **食品の置きかたは**
加熱により、大きくなるメニューもあります。適度な間を開けてください。
- **加熱時間は**
食品の様子を見ながら加減してください。
続けて加熱するときなど庫内温度が高いときは、加熱時間を短く設定し様子を見ます。
- **加熱中は**
庫内の温度が下がりやすいのでとびらの開閉は少なくしましょう。
- **焼きムラが気になるときは**
加熱途中で食品の前後を入れ替えたり、濃い焼き色部分だけアルミホイルをかけます。
- **加熱後は**
焦げを防ぐためすぐ取り出しましょう。

グリル調理

上ヒーターの強い熱を直接使って、食品の表面にこげめをつけます。

角皿

・魚などを、焼くときに使います。

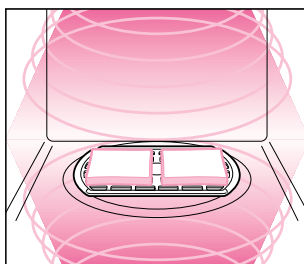
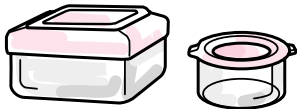
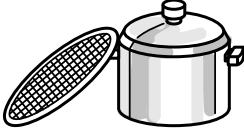
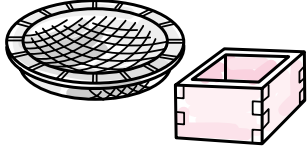
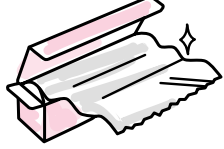
- **均等に焼き色を付けるために**
加熱途中で食品を裏返します。
- **加熱後は**
焦げを防ぐためすぐ取り出しましょう。

トースター調理

上下ヒーターの強い熱を直接使って、食品の表面にこげめをつけます。

自動調理メニュー例
トースト

回転網

・食品を回転網にのせます。

- **加熱後は**
焦げを防ぐためすぐ取り出しましょう。

使える容器・使えない容器

耐熱温度は容器に表示されている家庭用品品質表示法の表示をご覧ください。

容器の種類：**ガラス**	**電子レンジ加熱の時**	**ヒーター加熱の時**
耐熱性がある	**使えます** ただし、加熱後急冷すると、割れることがあります。	**使えます** ただし、加熱後急冷すると、割れることがあります。
耐熱性がない	**使えません** カットグラス、強化ガラスなど、ガラスの厚みの変化が大きなもの、ひずみのあるものも使えません。	**使えません**

容器の種類：**プラスチック**	**電子レンジ加熱の時**	**ヒーター加熱の時**
耐熱性がある （耐熱温度140℃以上） 「電子レンジ使用可能」表示があるもの	**使えます** ・ただし、ふたには熱に弱い物、密閉性の高い物がありますのではずしてください。 ・油脂、糖分の多い食品は、高温になるので使えません。	**使えません** 変形したり割れたりすることがあります。
耐熱性がない （耐熱温度140℃未満）	**使えません** 電波で変形するもの（ポリエチレン・スチロール・フェノール・メラミン・ユリア樹脂など）は使えません。 ※ただし生解凍では発泡スチロール製のトレイが使えます。	**使えません**

容器の種類：**陶磁器・漆器**	**電子レンジ加熱の時**	**ヒーター加熱の時**
陶器・磁器	**使えます** ただし、金・銀粉、金・銀箔使用の容器は火花が飛ぶことがあるので使えません。	**使えません** ただし、耐熱性のある陶器、磁器土鍋、グラタン皿などは使えます。
漆器	**使えません** 塗りが剥がれたり、ひびが入る恐れがあります。	**使えません**

容器の種類：**金属**	**電子レンジ加熱の時**	**ヒーター加熱の時**
アルミ・ホーローなどの金属容器、金網、金串	**使えません** とくに金網、金串は火花が飛ぶことがあります。	**使えます** ただし、取っ手が樹脂の物は使えません。

容器の種類：**その他**	**電子レンジ加熱の時**	**ヒーター加熱の時**
木・竹・紙製品	**使えません** 金属物を使っている物は、スパークしたり、燃えたりすることがあります。	**使えません** ただし、耐熱加工を施した紙やケーキ用の硫酸紙は使えます。
アルミホイル	**使えません** ただし、生解凍などで電波を反射する性質を利用して部分的に使うこともあります。	**使えます** 角皿に敷いたり、こげ目の加減をするときやホイル焼きに使います。
ラップ （耐熱温度140°C以上）	**使えます** ただし、油分の多い料理は高温になるので使えません。 ポリエチレン製のラップは溶けて燃えることがあるので使えません。	**使えません** 高温になり、溶ける恐れがあります。

お手入れのしかた お手入れはすぐにこまめにがポイントです

⚠警告

お手入れのときは、電源プラグをコンセントから抜く
感電・けが・やけどの原因になります。

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電の原因になります。

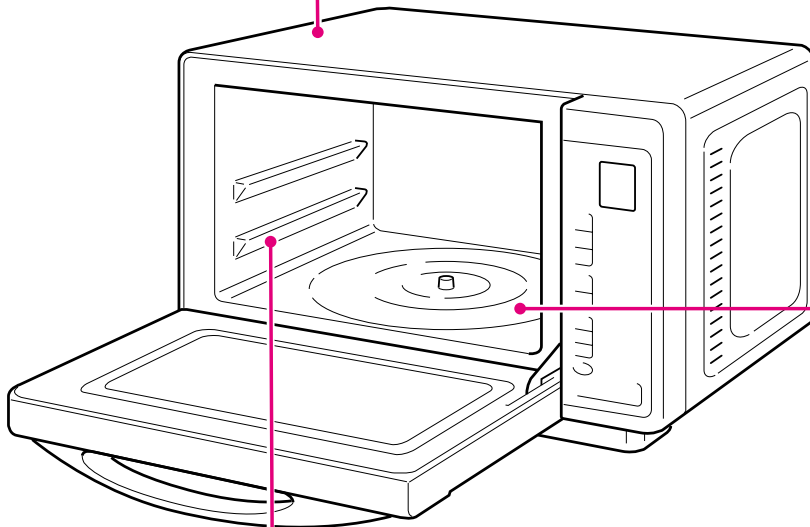
⚠注意

本体の掃除は、電源プラグを抜き本体がさめてから行う
感電や、やけどをする恐れがあります。

食品や肉汁などで、汚れたままにしない
さび・発煙・発火などの原因になります。

キャビネット・とびら

かたくしぼった、ぬれふきんでふく。
ひどい汚れは薄めた台所用洗剤（中性）をしみ込ませた布でふき取り、必ず洗剤分をふき取ってください。

お願い
- 水をかけないでください。
  さびたり故障したりすることがあります。

庫内・とびらの内側

かたくしぼった、ぬれふきんでふく。
- 落ちにくい汚れは、ぬれたふきんを汚れの上に置いて30分ぐらいふやかしてからふきます。
- 庫内底面は、必ず回転網をはずして拭きます。
- 回転網をはずしたときは、お手入れ後、確実に回転軸に差し込んでください。

お願い
- たわしやフォークなど先のとがった物でこすらないでください。傷になります。
- 回転軸部に、食品くずを落としたままにしないでください。
  故障することがあります。

■お手入れしても庫内の臭いがとれないとき

カラ焼き(12、13ページ参照)してください。
臭いがやわらぎます。

■長時間ご使用にならないとき

電源プラグをコンセントから抜き、各部をお手入れしてから、湿気や、ほこりがかからないようにして、おしまいください。

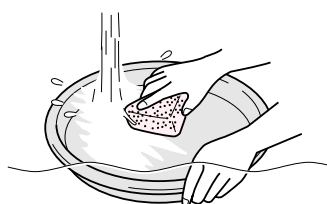
お願い

住宅家具用洗剤（弱アルカリ、アルカリ、弱酸性、酸性など）、オーブンクリーナー、クレンザー、ベンジン、シンナー、漂白剤、熱湯、可燃性ガス（LPGなど）入りスプレー洗剤は使わないでください。損傷、変色、変形、発煙、発火などの原因になります。

禁　止

回転網・丸皿・角皿

スポンジたわしで汚れを落とし、十分に水気をふき取る。汚れは洗い桶などの中で落とす。

・回転網・角皿に水気が残っているとサビが付くことがあります。
・丸皿の汚れが落ちないときは、水で薄めた漂白剤に一晩つけてください。

お願い

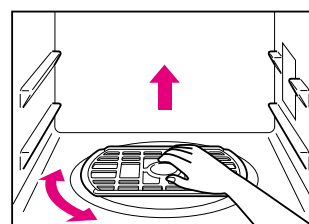
・回転網・丸皿・角皿は使用後、急冷しないでください。破損・変形する事があります。
　また加熱直後に水をかけると蒸気が発生したり、熱い飛沫が飛びます。
・丸皿は金属たわしや先のとがったものでこすったり、落としたりしないでください。
　傷ついたり、割れることがあります。

■回転網のはずしかた

回転網の中央部をつかみ、軽く回しながら少しずつ真上に持ち上げる。

・回転網の周囲を無理に持ち上げてはずすと、回転軸の破損や庫内の塗装がはがれることがあります。

■回転網の取り付けかた

回転軸にしっかりと差し込み、静かに回転させしっかりはまったことを確認する。

お料理が上手にできないとき

●ごはん・おかずのあたため、解凍あたため

食品があたたまらない	●食品が金属容器・アルミホイルなどで、おおわれていませんか。
あたためキーであたためると熱くなりすぎる	●食品の重さと同じくらいの容器に入れて加熱します。
ごはんなどの食品がぱさつく	●加熱前に霧を吹くなど、水を少しかけると、しっとり仕上がります。
煮もの・煮魚などの煮汁が飛び散る	●汁気を切って深めの容器に入れて加熱します。
冷凍ごはんがあたたまらない	●食品の重さと同じくらいの容器に入れて加熱します。解凍あたためキーを使って加熱します。
フライや天ぷらがベチョッとする	●ペーパータオルを敷いた皿の上に並べます。

●のみもののあたため

牛乳が熱くなりすぎる	●「牛乳」で加熱していますか？「あたため」では熱くなります。 ●容器に対して7～8分目まで入れてください。容器に対して少量しか入れないと沸騰する恐れがあります。1杯の量が少ないときは「仕上がり調節」（弱め）で、1杯の量が多いときは（強め）で加熱します。
牛乳にマクができる	●加熱後、放置しておくとマクが張ることがあります。すぐにかき混ぜるとできにくくなります。
とっくりの上の方と下の方で温度が違う	●とっくりの首の部分をアルミホイルで覆うと上下の差が少なくなります。

●生解凍

上手に解凍できない	●うまく解凍できる厚さは3cmまで。厚さは均一にし、細い部分や魚の尾などにはアルミホイルを巻いてください。 ●同時に2つ以上を解凍するときは同じ種類のもので同じ大きさに。
解凍不足	●食品に薄いところや細いところがあると部分的に加熱されやすいので全体の厚さをそろえて冷凍してください。 ●加熱不足の部分はレンジ160Wで様子を見ながら加熱してください。

●ゆでもの

ゆですぎになる	●容器を使用していませんか？ラップに包んで直接丸皿にのせてください。
野菜が乾燥気味になる	●野菜を洗い、水気を切らずにラップにくるんでください。
できすぎのところと、加熱の足りないところがある	●かぼちゃ、じゃがいもなどは大きさをそろえてください。 ほうれん草などは葉と茎を交互に重ねます。

●スポンジケーキ

ケーキのふくらみが悪い	●卵はしっかりと泡立てましたか？字が書けるくらいしっかりと泡立ててください。 ●粉を合わせたあと、混ぜすぎていませんか？
泡立てがうまくできない	●ボウルや泡立て器に、水分や油分がついていると泡立ちが悪くなります。
きめが粗く粉っぽい	●粉をふるって入れましたか？ ●粉がなじむまで混ぜましたか？
中央が沈む	●卵の泡立てすぎはありませんか？

●シュークリーム

膨らみが悪い	●分量は正しく量りましたか？ ●生地を作るときにレンジの加熱時間は正しかったですか？

●クッキー

焼き色にむらがある	●生地の厚みや大きさは均一ですか？

●バターロール

膨らみが悪く、かたい	●生地の発酵は十分でしたか？発酵不足で生地温度が低いとあまり膨らみません。 ●成形するとき生地をいじめていませんか？生地をいじりすぎると固くなります。ていねいに扱いましょう。

こんな表示が出たときは

表　示　例	理　　由　（原　因）	処　　置
「扉」表示 扉	● 「あたため」「解凍あたため」「生解凍」「朝食メニュー」のとき、とびらを閉め、1分過ぎてからキーを押すと表示します。	● もう1度とびらを開閉し、1分以内にキーを押してください。
「皿高温」表示 皿 高温	● オーブンなどヒーター加熱調理終了後庫内が高温のとき表示します。	● とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。 （約15～20分程度で表示が消えます。表示中でも「とりけし」キーを押すか調理メニューを設定すると消え、使うことができます。）
「C21」と「温度」表示 C21 温度	● オーブンなどヒーター加熱調理の後などで、庫内温度が高いときに「発酵」を設定すると、表示部に「温度」が点滅します。このとき「スタート」キーを押すと、左記の表示になります。	● 「とりけし」キーを押し、とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。
	● オーブンなどヒーター加熱調理の後などで、庫内温度が高いときに「あたため」「解凍あたため」「生解凍」「牛乳」「葉菜ゆでもの」「根菜ゆでもの」「カレー・シチュー」「肉じゃが」を開始すると表示します。	● 「とりけし」キーを押し、とびらを開け、温度が下がるまで待ってください。
「C11」表示 C11	● 「あたため」「解凍あたため」「生解凍」「牛乳」自動調理丸皿メニュー、手動レンジのとき、回転網、丸皿がないと表示します。	● 「とりけし」キーを押し、回転網と丸皿を使用してやりなおしてください。
	● 手動グリル、自動調理角皿メニューのとき丸皿を使用すると表示します。	● 「とりけし」キーを押し、角皿を使用してやりなおしてください。
	● 「トースト」のとき丸皿を使用すると表示します。	● 「とりけし」キーを押し、丸皿をはずし回転網を使用してやりなおしてください。
「C20」表示 C20	● 「生解凍」で600gより重いものをのせたとき表示します。	● 「とりけし」キーを押し、最大重量600g以下でお使いください。
	● スポンジケーキで1000gより重いものをのせたとき表示します。	● 「とりけし」キーを押し、最大重量1000g以下でお使いください。
「H」表示 H02 など	● 製品が故障したとき表示します。	● 電源プラグを抜き、修理を依頼してください。

修理を依頼される前に

つぎのような場合は故障ではありません。

現　　象	理　由　(処　置)
電源プラグを、コンセントに差し込んでも何も表示しない。	● とびらを閉じた状態で、電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。 一度とびらを開けると、電源が入り表示します。
表示部に「1000」が点滅したままになっている。	● お買い上げ後、はじめて電源プラグを差し込んで、とびらを開けたとき、この表示になります。 (「重量センサーのセット」をしてください。(12ページ参照))
調理中、カチカチと音がする。	● 機械室内のスイッチ切換え音です。故障ではありません。
オーブンなど、ヒーター加熱時に、ボコッボコッという連続音や、ボコンという音がする。	● 熱収縮による加熱室壁面の音で故障ではありません。
電子レンジ調理の開始時及び途中に、ジーという連続音がする。	● 電子レンジ調理時の動作音で故障ではありません。
調理中、調理後に音(ファン)がしたり、しなかったりする。	● 機械室等を冷却するファンの音で故障ではありません。 ● レンジ調理後、冷却ファンが回ることがありますが故障ではありません。 ● オーブン・グリル調理後、冷却ファンが回ることがありますが故障ではありません。
キーを、押しても受け付けず、何も表示しない。	● とびらを開け、食品を入れてから操作してください。 (省エネルギーのため、とびらを開けた後5分をすぎると電源を切るためです。)
とびらを開けると表示部に「0」が表示する。	● とびらを開けたとき電源が入る仕様です。
調理終了後、1分後、1分ごとにピーッピーッピーッと鳴る。	● 調理終了後、庫内の食品を取り出さないと鳴る機能がついています。 故障ではありません。
ブザーが鳴らない。	● ブザー音を消す設定になっていませんか。 ブザー音の消しかたと戻しかた(65ページ)を参照して、設定しなおしてください。

お知らせの音について

次の操作・状態のとき、ブザー音でお知らせします。

■キーを押したときは→ピッ
■調理終了のときは→ピーッピーッピーッ
■予熱終了のときは→ピーッピーッピーッピーッピーッ
■加熱終了後、食品を取り出し忘れると→ピーッピーッピーッ
■異常表示のときは→ピピピピピピピ

修理を依頼される前につぎのことを点検してください。

現　　象	点　　検　（処　置）
まったく動かない。	● 停電ではありませんか。 ● 電源プラグが抜けていませんか。 ● ご家庭のヒューズやブレーカーが切れていませんか。 ● 途中でとびらを開閉しませんでしたか。 ● 無表示の状態で、キー操作をしていませんか。 （とびらを開け、食品を入れてからキー操作してください。）
「あたため」「解凍あたため」「生解凍」「朝食メニュー」「スタート」キーを押しても加熱されない。	●「あたため」「解凍あたため」「生解凍」「朝食メニュー」のとき、とびらを閉め1分をすぎてからキーを押していませんか。 （食品をとり出し、とびらを閉めてもう一度とびらを開け食品を入れてキーを押してください。） ●「C21」と「温度」が表示されていませんか。 （とびらを開けて庫内をさまし、表示が消えてからキーを操作してください。） ● とびらがきちんと閉まっていますか。
料理のでき上がりが悪い。	● 調理のしかたは正しいですか。 （ふた、ラップの有無、付属品など確認してください。） ● 庫内が、熱いまま自動調理しませんでしたか。 （庫内の温度が下がるまで待ってください。） ● 食品の量は適当でしたか。 ● 庫内の上面や底面が汚れていませんか。 ● メニューを正しく選んで調理開始しましたか。 ● 重量センサーのセットのしかたは正しいですか。（12ページ参照）

ブザー音の消しかたと戻しかた

■ブザー音を消す

取り出し忘れお知らせのブザー音だけを消すとき

1 「0」表示中に とりけし をピッピッとブザー音がするまで（約3秒）押す

2 続いて ︿ を押す

全てのブザー音を消すとき

1 「0」表示中に とりけし をピッピッとブザー音がするまで（約3秒）押す

2 続いて ﹀ を押す

■ブザー音をなるように元にもどす

ブザーの音を、消した操作と同じ操作を行うことによりブザー音が出るようになります。

引っ越しについて

- **この東芝センサーオーブングリルレンジは電源周波数50Hz-60Hz共用です。**
- **周波数（Hz：ヘルツ）の異なる地域へ引っ越してもそのままお使いになれます。**
- **電源プラグをコンセントに差し込むと自動的に50Hz-60Hzが切換えられます。**
- **必ずアースを取り付けてご使用ください。（6ページ参照）**

仕様

<table>
<tr><td colspan="2">電源</td><td colspan="3">交流100V　50Hz-60Hz共用</td></tr>
<tr><td colspan="2">定格消費電力</td><td colspan="3">電子レンジ1350W(13.8A)、ヒーター加熱1280W(12.8A)</td></tr>
<tr><td colspan="2">高周波出力</td><td colspan="3">850W・600W･500W･160W相当　出力切換</td></tr>
<tr><td colspan="2">発振周波数</td><td>2450MHz</td><td>ヒーター</td><td>上760W・下490W</td></tr>
<tr><td colspan="2">質量(重量)</td><td>12kg</td><td>温度調節範囲</td><td>発酵、100～250℃※</td></tr>
<tr><td rowspan="4">寸法</td><td>外形</td><td colspan="3">305（高さ)×480（幅)×371（奥行）mm</td></tr>
<tr><td>庫内有効</td><td colspan="3">168（高さ)×294（幅)×310（奥行）mm</td></tr>
<tr><td>丸皿(ガラスセラミックス製)直径</td><td colspan="3">270mm</td></tr>
<tr><td>コードの長さ</td><td colspan="3">1.4m</td></tr>
<tr><td colspan="2">タイマー時限</td><td colspan="3">レンジ850W・トースター20分/レンジ600W・レンジ500W・グリル30分/レンジ160W・オーブン・発酵90分</td></tr>
</table>

※このセンサーオーブングリルレンジの250℃での運転時間は約15分です。その後は自動的に200℃に切り換わります。

- この製品は、日本国内用に設計されています。電源電圧や電源周波数の異なる外国では、使用できません。また、アフターサービスもできません。

保証とアフターサービス（必ずお読みください）

保証書（別添）

- この東芝センサーオーブングリルレンジには、保証書を別途添付しております。
- 保証書は、必ず「お買い上げ日、販売店名」等の記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき内容をよくお読みの後、大切に保管してください。
- この東芝センサーオーブングリルレンジの保証期間は、お買い上げいただいた日から1年です。ただし発振管（マグネトロン）は2年です。その他、詳しくは保証書をご覧ください。

補修用性能部品の保有期間

- センサーオーブングリルレンジの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後8年です。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談ならびに、お取り扱い・お手入れに関するご不明な点は
お買いあげの販売店にご相談ください。

ご転居されたり、ご贈答品などで販売店に修理のご相談ができない場合	新製品などの商品選び、お取り扱い・お手入れ方法などのご相談
東芝家電修理ご相談センター	**東芝家電ご相談センター**
フリーダイヤル **0120-1048-41**	フリーダイヤル **0120-1048-86** 携帯電話・PHSからのご利用は **03-3426-1048** FAXのご利用は **03-3425-2101**（365日･8:00～20:00受付）

※電話受付：365日･24時間受付　※フリーダイヤルは、携帯電話・PHSなど一部の電話ではご利用になれません。

修理を依頼されるときは　出張修理

● 63～65ページの表に従って調べていただき、なお異常があるときは、使用を中止し、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店にご相談ください。

■保証期間中は

● 保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。なお、修理に際しましては、保証書をご提示ください。

■保証期間が過ぎている場合は

● 修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料で修理させていただきます。

■修理料金のしくみ

修理料金は技術料・部品代・出張料等で構成されています。	
技術料	故障した商品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。
出張料	商品のある場所へ、技術員を派遣する料金です。

■ご連絡いただきたい内容

品　名	センサーオーブングリルレンジ
形　名	ER-A20J4
お買いあげ日	年　月　日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印等も合わせてお知らせください
お名前	電話番号　訪問希望日
便利メモ	
	電話番号

お買い上げ店名を記入されておくと便利です。

■ご転居のときは

● この東芝センサーオーブングリルレンジは、電源周波数50Hz-60Hz共用です。周波数の異なる地域に、ご転居されてもそのままお使いいただけます。

愛情点検

長年ご使用の電子レンジの点検をぜひ！			
このような症状はありませんか。	● 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。 ● キーを押し、調理を開始しても食品が加熱されない。 ● 自動的に切れないことがある。 ● 使用中に異常な音や臭いが出ることがある。 ● 庫内のカバーや壁面が汚れ、スパーク（火花）または煙が出ることがある。 ● その他の異常や故障がある。	▶ **ご使用中止**	故障や事故防止のため、電源プラグをコンセントから抜いて、必ずお買い上げの販売店に点検・修理を依頼してください。（技術のあるサービスマン以外の人は絶対にキャビネットをはずさないでください。）

東芝センサーオーブングリルレンジ
形 名 **ER-A20J4**

株式会社 東芝
家電機器社　キッチンソリューション部
〒105-8001 東京都港区芝浦1-1-1（東芝ビルディング）

4451801201